

# 大学生自我管理论文

作者：有故事的人 来源：范文网 [www.wtabcd.cn/fanwen/](http://www.wtabcd.cn/fanwen/)

本文原地址：<https://www.wtabcd.cn/zhishi/a/170157018237585.html>

范文网，为你加油喝彩！

2023年12月3日发(作者：工程罚款单模板)

-



大学生自我管理论文

大学生自我管理论文

随着我国普通高校办学规模的不断扩大，在校生数量迅速增加，对普通高校的管理理念和方法提出了新的挑战。下面是小编为大家整理的大学生自我管理论文，欢迎阅读。

摘要：大学生自我管理能力是大学生走入社会实现自我价值的基本素质，面对着现阶段的高校教育，如何让大学生

更好地开展自我管理是一个需要重点关注的问题，本文主要就这一问题与对策进行分析。

关键词：大学生；自我管理；解决途径

在高等教育的发展下，在校大学生数量越来越多，各个高校开始逐步推行学分制度，早在20世纪初，叶圣陶先生就曾提出“教是为了不教”的理论，揭示了教育的真谛——自我教育与自我管理。因此，只有激发广大学生的自我管理意识，不断提高学生的自我管理水平和能力，才是高校培养自我管理能力强、适应社会需要的大学生的有效途径。如何实现大学生的“自我教育”与“自我管理”成为了各个高校探讨的重点课题。

## 一、当前大学生自我管理能力的现状

1.自我认识能力不足。自我认识是指作为主体的大学生对自己的言行举止及特点的感知和了解，即主体充分了解自己的性格特征、心理状况、学习生活现状，寻找自身优势，发现自身劣势，从而在以后的工作生活中扬长避短。一个人只有客观、全面、正确地了解自己的长处和短处，才能正确地评价自己、约束自己和激励自己，才能正确地对自己进行评价和定位，从而合理地进行自我管理。然而，有相当一部分的大学生对于自我的认识是存在问题的。

2.学习、生活目标不明确。目标在大学生的学习和生活中具有重要的作用，它能引导、激励、调控、制约大学生的学习生活。很多大学生认为自己考上大学就已经完成了任务，以后就不用努力学习了，不知道将来的目标是什么，也不知道上大学是为了什么，只是在大学里随波逐流，老师让学什么就学什么；不会为学习制定计划，就算有目标，也是把学习目标定位在掌握专业知识、考试不挂科或者期末考试考个好成绩上，只有在考试来临或者需要考证的前期，才会强迫自己去安排自己的生活。

3.缺乏自我管理意识。由于当代大学生大多数都是独生子女，从小到大都受到百般呵护，父母凡事都包办、替代。小到生活细节，大到读书。很多父母为了孩子放弃工作，专门陪读。不少新生刚入学的时候，家长在宿舍里忙东忙西打扫卫生，而学生在边上袖手旁观。诸如此类，致使学生自我管理的意识和能力退化。上了大学后，在学习上和生活上又过分依赖老师，他们已经习惯由别人帮助处理问题，并且心安理得地接受老师和家长的安排，完全没有了自我管理的意识。4.缺乏自控能力。当代大学生自尊心强，希望追求自由自在、无拘无束的生活，他们渴望独立，但又缺乏自控能力，在学习上，逃课、迟到和早退现象频频发生，上课时不能集中精力学习，总是不由自主地玩手机“开小差”；在生活上，上大学后，自己有了一定的经济支配权，时常没有节制地花费，铺张浪费，缺乏正确、理性的消费观。在与大学生的访谈中发现，尽管有人对自己是有目标的，也对自己进行了计划，但一旦到了要实施计划的时候就不断地推迟，总想着明天再做，时间一长，就没有什么目标，不知道自己要干什么了。自控能力的缺乏导致各种目标都流于形式。

## 二、大学生自我管理能力中存在的主要问题原因分析

1.学校方面过于注重科学文化知识的教育、技能型的教育和实用型职业的教育，忽略了学生自我管理能力的培养。从小学到大学，科学文化知识的教育永远都是排在第一位的，对学生自我管理能力的培养却是很忽视的。甚至，学校只注重学生考试成绩的高低，忽视了对学生素质的全面发展的培养，更没有为学生提供自我管理方面的锻炼和教育。尤其是进入大学后，课程任务相对减轻，上课时间明显减少，同学们拥有了大量的自由支配的时间，许多人感觉到突然没有了压力，也没有人对自己进行约束，生活和学习的安排，全部要靠自己，顿时感觉无所适从，没有了目标。

2.家庭是一个社会化的首要群体，对孩子的影响是潜移默化的。很多家长只是单一性地关注孩子的学习成绩和名次，事事为子女代劳，使他们缺乏自我管理的机会。溺爱子女的父母容易使孩子从小就形成对父母的依赖，进入大学离开父母后，遇到失败或挫折时就会认为自己很没用，怎么努力都不行，时间一长就产生了习得性无助感，只想一切都顺其自然，也就不愿意刻意地去管理自己。另外，严格控制子女的父母容易使孩子从小就形成对父母的顺从，子女的学习和生活计划，都是家长为学生安排的，子女的一切事情，家长都要干预和控制。孩子进入大学之后，仍然一味地顺从父母的安排和计划，不会为自己设定什么下一步的‘目标’。

3.除了学校和家庭对于学生的教育的原因之外，社会因素也是不能忽略的。我国现在正处在社会的快速转型时期，涌现出各种文化。不同文化之间相互碰撞冲突使得整个社会的价值、规范处于不断变化之中，价值标准多元化的环境使得大学生的思想混乱，在价值选择上无所适从、迷失方向。不少大学生就很难依据自己的认识的经验去准确地选择和认同某一社会价值观念系统，从而深深陷入无以参照、无以复归的尴尬境地。比如媒体道德舆论导向不明确，在大学生没能形成正确的道德观之前，媒体会潜移默化地使学生受影响；社会舆论导向以名、利、权、财等作为衡量一个人的价值标准，歪曲了正确的人生价值观。

### 三、提高大学生自我管理的途径和对策

通过上述分析可知学校因素、家庭因素和社会因素都影响着大学生的自我管理，因此提高大学生自我管理的措施应该从学校、家庭、社会三方共同采取干预措施。

1.更新和完善高校学生自主管理教育和引导体系。大学是大学生学习知识、提升素质、完善自身的场所，学校自我管理教育体系的发展状况将会对大学生自我管理意识和能力产生很大的影响。因此，高校要合理地引导学生加强自我管理，促使在校生的自我管理能力一步步发展和提高。具体来说，高校可以通过班主任的管理、任课老师的教学过程中以及学生管理中的引导等途径帮助学生客观地认知自己。另外，认知自我的方式可以通过自己的行为推断自我、通过与社会的要求推断自我、通过与他人的比较来推断自我。其次，在大一年级学生开展的学业生涯规划大赛就是一种很好的自我规划的方式，高校要求学生规划学业生涯，通过辅导员、班主任、团委干部等指导学生获得和增强自我规划的能力。只有科学合理地规划自我才能使得自己抓住目标而不迷失方向。再次，高校可以通过目标管理法来引导学生自我控制，把学生个人人生目标、学校的培养目标、家庭的期望目标和社会的要求目标结合起来，实施帮助、指导、引领、提醒、教会、监督等措施，以充分调动大学生自我管理的主观能动性。最后，高校可以鼓励学生广泛参加各种形式校园社团活动，自己管理社团组织，自己组织活动。大学生可以在活动前进行自我分析、目标设定与活动设计；在活动中进行自我组织、过程调整与效果操控；在活动后进行自我评估、活动总结与反思总结等，使自我管理能力得到提升。

2.更新个体家庭的教育观念。调查显示文化程度高的父母的子女的自我管理能力较强。因此，父母应该与时俱进，不断学习，更新教育观念，科学教育子女增强自我管理。首先家庭要为子女创造民主参与的家庭氛围。民主的家庭氛围，使得子女平等地对待家庭事务，有利于锻炼其自我管理。其次，父母在工作、家庭、社会生活中有计划有目标地做事，教会子女自立、自理、自主做事，用自己的一言一行为子女树立榜样，培养和锻炼子女自我管理。身教重于言教，父母的言行举止会潜移默化地影响到子女的行为方式。因此，父母自己要学会自我管理，才能影响到子女的自我管理。

3.鼓励大学生在社会实践中增强自我管理能力。在大学课堂上获得的知识是间接的，学得再好，也只是对知识的一种初步的掌握、认识和理解。只有回到社会现实中进行检验，才能够真正地拥有它。因此需要社会要提供尽可能多的实践场所，让大学生参与其中，通过社会实践了解社会，尤其知道用人单位的需求有利于大学生明确自己的目标，更有针对性地指导自己的学习和生活。社会实践活动能够促进学生将专业理论知识与实践操作紧密联系起来，对专业领域知识了解得更系统，提高自己分析和解决实际问题的能力和创新能力。

4.大学生要有意识地提升自我管理的意识和技能。大学生进校之时就要培养和强化自己已经是大学生这种角色意识，不能再像以前那样依赖家长和老师。大学生还应该注重利用多种途径来增加自己自我管理的知识和技能，既可以阅读相关书籍，也可以通过和自我管理水平高的学长、老师或相关专家的交流来学习自我管理的经验，还可以通过选修相关的课程来学习自我管理理念和方法。另外，大学生首先要学会制定目标，并且在自我目标的实现过程中，需要对自我目标付诸实际，要不断地坚持努力，适时地进行自我调整，同时要学会排除周围环境的干扰因素，做到自我控制与约束，即使是需要娱乐，也要适度，合理有效地利用时间。

### 四、结语

总之，提升大学生自我管理能力需要家庭、学校、大学生自己及社会方方面面的协同努力，通过学校层面、家庭层面、社会层面和大学生个体层面的多种举措来提升高校大学生自我管理，为社会获得全面发展的人才，也为祖国实现人力资源强国梦奠定坚实的基础。

#### 参考文献：

- [1]黎鸿雁，邵彩玲，安涛.大学生自我管理能力培养研究[J].河北农业大学学报：农林教育版，2008，10（1）：85-87.
- [2]陈小军.大学生自我管理的意义和途径浅析[J].镇江高专学报，2010，（1）：68-71.
- [3]胡煜.实现大学生自我管理需要注意的几个问题[J].石油教育，2010，（5）：48-50.
- [4]段继红.浅谈当今大学生教育现状及应对办法[J].科教导刊，2012（9）：73-74.



[5]张琴.大学生自我管理研究述评[J].合作经济与科技, 2013, 479 : 114-116.

[6]徐盼.大学生自我管理初探[J].辽宁经济职业技术学院学报, 2015, ( 2 ) : 113-114.

作者:常晓丽 张艳 林余 光辉 朱佳文 单位:湖南科技大学

-



更多 在线阅览 请访问 [https://www.wtabcd.cn/zhishi/list/91\\_0.html](https://www.wtabcd.cn/zhishi/list/91_0.html)

文章生成doc功能，由[范文网](#)开发